

体 育 科

豊富な運動経験を通して、自分らしさを発揮できる体育の授業

～ 自ら運動にかかわり、共に運動を楽しむ授業の構想～

1 研究の経緯と本年度の研究の方向

(1) 研究の経緯

平成10年度から平成12年度までの3年間、本校の研究テーマ「『ゆめ』を大切にしながら自ら考え、共に生きる子供への支援」のもと、体育科では「『ゆめ』を大切に、子供の可能性が発揮できる体育授業」を研究主題として、次のような研究実践をしてきた。

- ・一人一人の能力や適性に応じた体育の授業づくり
- ・運動への憧れを共に高め合う体育の授業づくり
- ・運動と「もの・他者・自己」とのかかわりからつくる体育の授業づくり
- ・子供の活動欲求を引き出す運動遊び、準備・基礎運動の進め方

研究を進めていくうえで、ボール運動領域での選択学習や陸上・器械運動などの個人的競技の集団化を図った活動を通して、自己の『ゆめ』の実現に向けて意欲的に運動とかかわったり、互いに教え合い、認め合ったりする中から課題達成をめざした自主的活動や友達との積極的なかわりが見られるようになってきた。また、基礎感覚・技能を含む運動遊びや、準備・基礎運動を導入の活動として取り入れることで、学習意欲の喚起を図り、発動する体づくりを育ててきた。

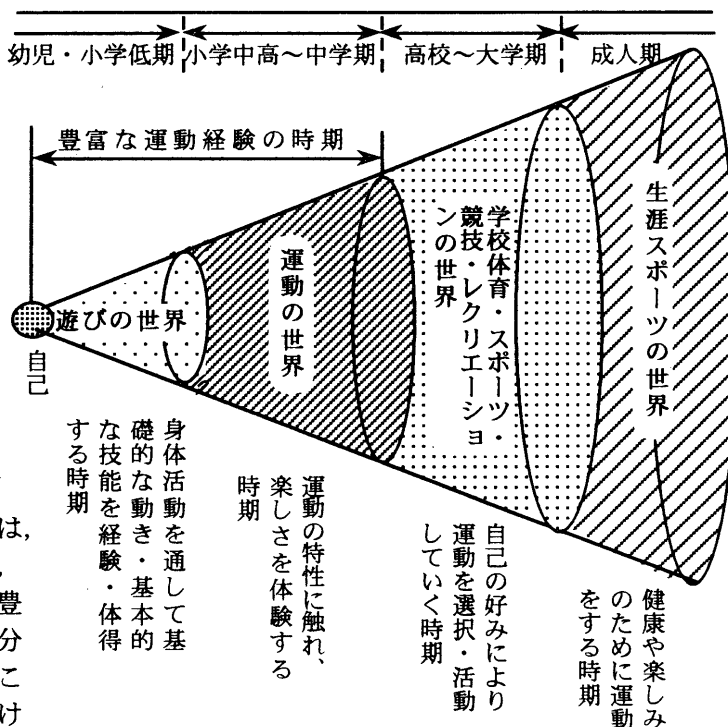
(2) 今年度の研究の方向

本校体育科では、「運動に積極的に取り組む子供」「友達とかかわり学び合える子供」「自分自身の伸びを感じ取れる子供」の育成を目指して研究を進めてきた。その結果、上記にあげたような資質が高まってきた。

しかし、現代の子供たちの運動活動をみると、幼児期の遊びの経験不足から、基礎的な運動感覚や運動技能が十分に身についておらず、また、めまぐるしい情報の中では自己の課題をゆとりとこだわりを持って追究していく粘り強さは育ちにくいと思われる。

生涯スポーツという視点で考えると、運動の世界の入り口である小学校低学年の時期に、様々な身体活動を通して基礎的な動き、基本的な技能を培うこと、さらに、中・高学年には運動の世界にどっぷり入り、その特性に触れ多くの楽しさを体験していくことが大切であろうと考えられる。

また、心豊かな生活を営むためには、運動は欠かせない条件の一つであり、そのためにも、小学校のこの時期に豊富な運動の経験を通し、その中で自分らしさを発揮し、自分に自信を持つことが、生涯スポーツに携わるきっかけや素地づくりになっていくのではないかと考えた。



生涯スポーツにつながる自己と学校体育とのかかわり

そこで、本校の研究主題「未来に向かって、自分らしい生き方を考える子供を育てる」を受け、体育科では主題を『豊富な運動経験を通して、自分らしさが発揮できる体育の授業』と設定した。遊びから運動への導入期、運動の特性にどっぷり浸るこの時期に、主体的な学習活動や学びの実感が得られる運動教材、ほぐされた心と体で共に楽しむ身体活動が大切ではないかと考え、研究の初年度である本年度は、「自ら運動にかかわり、共に運動を楽しむ授業の構想」を副主題とし、次の2点にしばって研究実践していくこととした。

- (1) 誰もが運動に親しみ、意欲的に取り組む状況づくり
- (2) 心をほぐす体ほぐしの運動

2 研究の内容

(1) 誰もが運動に親しみ、意欲的に取り組む状況づくり

子供に活発な活動を期待するとき、「面白そうだ」「やってみたい」といった運動への意欲付けは欠かせない条件の一つであるが、「できそうだ」「伸びそうだ」という期待の持てる教材や場づくり、「できた」「伸びた」という実感の持てる状況づくりこそが、子供が主体的に活動を進めていく際の動機付けにつながるであろうと考えられる。また、これらの活動の繰り返しが、意欲の高まりを生み、より積極的な活動へと発展していくものと考えられる。本校体育科では、この状況づくりを子供の興味・関心、意欲を引き出す「運動教材づくり」、誰もができる、できそうだと思う、さらに工夫していくことのできる「場づくり」、個から集団へグループ活動を通して互いにかかわり合う「仲間づくり」、そして、できるようになった自分や伸びてきた自分に気づき、生活の中に生かしていく「自分づくり」ととらえ、誰もが運動に親しみ、意欲的に取り組む状況づくりへのアプローチとして次のような方向から研究実践していくこととした。

ア) 子供が学びの実感を得られる教材のスモールステップ化

子供一人一人の能力に応じて活動を進めていくめあて学習では、「できるもの」から「できそうなもの」への挑戦といったスパイラル型やステージ型での学習過程で進められてきた。しかし、これらの学習課題はステップごとの技能差が大きいので、ややもすると子供たちはできないうちから次のめあてを立て、挑戦していく場合がある。そのため、十分な達成感が味わえなかったり、また、できたと思い込んで次のステップへ進んだりする傾向が見られ、基礎的な技能が定着しないままの繰り返しの活動で終わってしまうことが多い。

そこで、ワンステップごとの課題をもう少し細かく設定したスモールステップを設けることで、常に達成感を味わいながら活動を進め、自分の力に応じた活動に取り組むことができるのではないかと考えた。このような活動を通して、子供は「できる」「できる」の連続を生み出し、この「できた」経験を重ねることで意欲の高揚が図られ、積極的な活動へとつながり、豊富な活動量が期待できるのではないかと考えた。さらに、その積み重ねが自信に結びつき、主体的な学習へと発展していくと思われる。

このように、教材のスモールステップ化を考えると、教師はその運動の機能的特性を十分把握して教材づくりにあたること、また、子供がその活動を通して、何を得的のかという意識を持って取り組めるような場や教材であること、さらに、「できた」実感が自己評価しやすい学習であることが必要であると考えた。

イ) 内発的動機づけを基盤とした子供の主体的活動を促す支援の方向

子供は「できた」という実感を繰り返すことで、主体的な学習活動が培われていくが、この姿勢を育むためには、興味や意欲を喚起する工夫された場や積極的なかわりがもてる学習形態などの内発的動機付けが重要であると考えた。体育で考えられる動機付けとは、

- ・ 子供が「やってみたい」「おもしろそうだ」といった興味や意欲をもって活動できる工夫された場や「できそうだ」といった期待感の持てる教材のスモールステップ化による支援
- ・ 自己の学習過程を自主的に進めていけるような学習カードや活動の参考となるような資料などによる情報提供での支援

- これらの内発的動機付けから子供は、自己の個性を生かし主体的に学習に取り組む姿勢が形成されていく。もちろん、活動中の賞賛・承認、子供の思考をゆさぶる問いかけといった言葉かけや助言・補助といった外発的な動機付けも必須のことである。また、技能の伸びなやむ子供や活動が停滞している子供、方向を見失っている子供には、活動の様相に応じてその運動のコツや方向性を示したりする積極的な支援も行う必要があると考える。
-
- 子供の主体的な学習活動
- 〔発問・助言・賞賛などの言葉かけ、補助、示範、評価などによる支援〕
- 学びを実感できる学習環境の整定

```

graph TD
    A[子供の主体的な学習活動] --- B[「発問・助言・賞賛などの言葉かけ、  
補助、示範、評価などによる支援」]
    B --- C[学びを実感できる学習カード]
    B --- D[意欲の高揚を図る学習形態]
    B --- E[情報の提供  
他者との比較]
    B --- F[場の設定・  
教材の工夫]
    C --- G[「できたから  
できそうだと  
いった自信を  
促す支援」]
    D --- H[「個別化・グ  
ループ化など  
による支援」]
    E --- I[「子供の自力解  
決を促す支援」]
    F --- J[「子供ができそ  
うだと思える  
場や運動教材  
からの支援」]
  
```

子供, 方向を
様相に応じて
たりする

子供の主体的な学習活動

「発問・助言・賞賛などの言葉かけ、
補助、示範、評価などによる支援」

学びを実感できる学習カード

意欲の高揚を図る学習形態

情報の提供
他者との比較

場の設定・
教材の工夫

「できたから
できそうだと
いった自信を
促す支援」

「個別化・グ
ループ化など
による支援」

「子供の自力解
決を促す支援」

「子供ができそ
うだと思える
場や運動教材
からの支援」

ウ) 自己の伸びを確かめ、生活へつなげる自己評価の在り方

このように、子供が「できた」「伸びた」という実感を得るためには、自己評価による振り返り活動は欠かせない。

昨年まで運動の学び方に視点を当てた振り返り活動を実践してきたが、今年度はその学習で獲得した力や伸びを記録するだけでなく、「今後その運動とどうかかわっていきたいか」「その運動を続けながらもっと伸ばしたいところ、試してみたいこと」などをまとめることで、積極的に運動とかかわっていこうとする意識を持たせるための動機付けを図りたいと考えている。体育の授業で行うその単元は終了したが、休み時間や家庭での運動を通して、その単元で習得した力や得た知識を、自己の生活の中でさらに伸ばそう深めようといった課題意識を持たせ、自己の運動の世界を広げていく一つの手立てになるのではないかと考えた。

読書振り返りカード			
11月 9日 今日の活動で <small>読みた 見えた 思い出した</small> それは どんなことかな	11月 27日 今日の活動で <small>読みた 見えた 思い出した</small> それは どんなことかな	1 秋葉の学習をよりかえって にんごうにきかせるようにした にんぎょうを見つけた など 話や 「これからこんなことがもチャレ ンじゃない」など 目標を書きましよう。	2 てつぼうの大切 なことがわかった それは おなか をつね、ダイシ げなことです。 月ひくは、だじし 回りおこなふ こころより、おり か人よりです。 うちのちかみの 公園でれたらう しにいたてす。 金、けいし、新し て、けいしに、けいし、けいし、けいし、 けいし、けいし

国際化、情報化、環境問題など21世紀はこれまで経験したことのない速さと大きさとで激しく変化することが予測される。そのような現代社会において精神的なストレスを感じる子供、自己を豊かに表現できない子供、仲間と一体感を味わえない子供は益々増加すると思われる。このような情勢の中で生きる子供たちの心をどのように育てていけばよいかを、各教科として考えていく必要があると思われる。本校の研究の視点の一つでもある「心をひらく」を体育科としてとらえたとき、子供の欲求活動である運動や遊びが教材となる体育は、喜怒哀楽がストレートに表出される授業であり、そのためにも心を大切にしたい授業が追究される必要がある。豊富な運動経験を通し、自分らしさを表出していくためにも、ほぐされた心と体は欠かせない条件であると思われる。

- 42 -

あげていきたいと考えた。

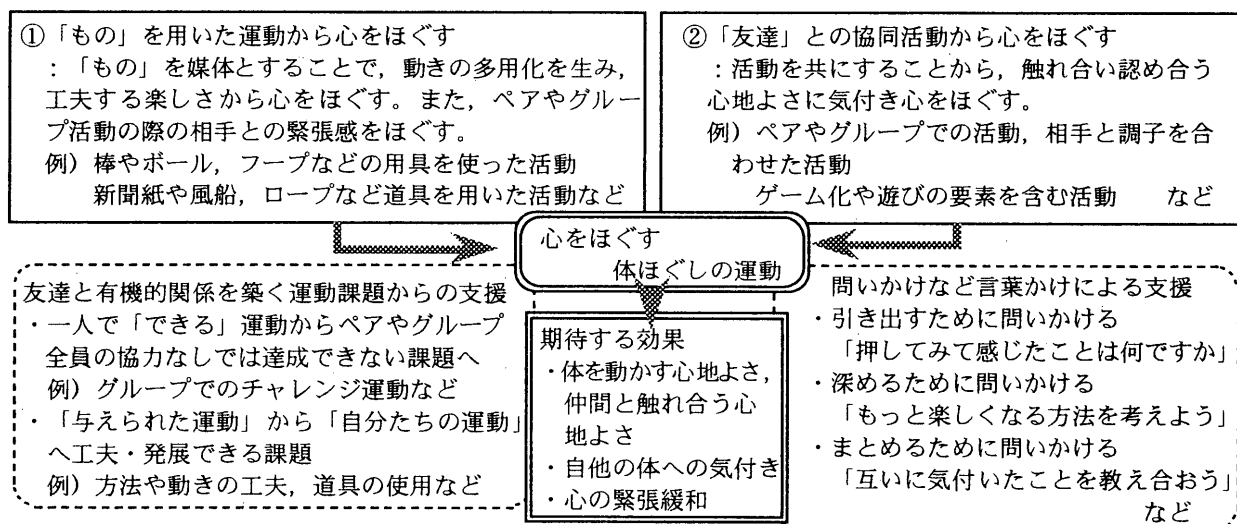
ア) 「心をほぐす体ほぐしの運動」の基本的な考え方

体育の学習の中で、心がほぐされるときは「できるようになったとき、記録が伸びたとき」「友達を認められたとき、認めてもらったとき」「夢中になって取り組んでいるとき、精一杯活動したという充足感がもてたとき」「新しい工夫や気づきが生まれたとき」などである。逆に「できる、できないの評価」や「勝敗にこだわった競争」などは、心を閉じさせると同時に体も緊張させてしまう。活動を通して心がほぐれれば自然と体もほぐれる。また、体をほぐすことで心もほぐれる。心と体が互いに響きあった活動から運動の心地よさが味わえ、心もひらかれてくるのではないかと考えた。

そこで、本校体育科では誰もが楽しめる手軽な運動や身体活動を通して、潤いのある仲間関係を築いていくことに重点をおき、そのかわり合いの中から自他の体への気づきを促していきたいと考えた。そのねらいに迫るために、1～4年生では主に基本の運動領域の中で運動遊びを中心に、5・6年生では体づくりの運動单元の中で心をほぐすことをねらった体ほぐしの運動を中心に扱っていくこととした。

イ) 心をほぐす体ほぐしの運動の進め方

体ほぐしの運動はあるきまった特定の運動があるわけではない。既存の遊びや運動を体ほぐしの運動のねらいにそうよう教師が工夫して扱っていくものだと考える。また、単独で扱ったり、他の教材と組み合わせて導入の運動として扱ったり構成もいくつか考えられるが、なるべく手軽にできる運動で、課題の分かりやすいことが大切である。学習活動は教師が運動の方法を提示するだけで、問いかけるなど言葉かけによる支援を中心に進めていく。さらに、高学年の体づくりの運動においては教師から与えられた運動から自分たちの運動へと工夫・発展していけるような運動課題からの支援も考えていきたい。このように運動を通し、子供が緊張感をほぐし、活動を工夫したり、より深化させたりすることで、自己の心をひらいた状態にしていけるのではないかと考える。本校体育科では体ほぐしの運動を進めるにあたって、「もの」とのかかわり、「友達」とのかかわりから考えた「心をほぐす体ほぐしの運動」を行っていくこととした。



3 研究の成果と今後の課題

誰もが「できた」という実感が得られる教材のスモールステップ化を図ることで、子供の学習意欲の喚起を図ると同時に、活動量を確保し、自分に応じた課題に積極的に挑戦していこうとする主体的な学習が見られるようになってきた。今後は、陸上・ボール運動領域においてもこのスモールステップ化の考えに基付いた教材の研究を進めていきたい。

また、仲間との交流に視点を当てた体ほぐしの運動を研究実践してきたが、「もの」を媒介として仲間とともに活動する運動を通して、体ほぐしのねらいの一つである自他の体への気づきも感じ取ることができた。次年度は他領域との融合を図りながら、さらに体ほぐしのねらいに迫れるような展開の工夫、教材の開発を研究実践していきたい。